

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Иркутской области

Администрации Нижнеудинского района

МКОУ "Алыгджерская СОШ"

РАССМОТРЕНО

руководитель ШМО

Буракова И.П.

Протокол № 1
от «29» 08 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

заместитель директора по
УВР

Астафьева Т.Н.

б/н от «30» 08 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

директор МКОУ
«Алыгджерская СОШ»

Болюх Л.В.

Приказ № 41
от «30» 08 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности «Спортивные игры»

для обучающихся 10-11 классов

Алыгджер 2023

Рабочая программа «**Спортивные игры**» для 10-11 классов разработана на основе ООП СОО МКОУ «Алыгджерская СОШ», основана на авторской программе В.И. Ляха: Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И. Ляха, 5-7 классы, учебное пособие для общеобразовательных организаций, 5-е изд., М.: Просвещение, 2016г.

В 10-11 классах на изучение курса отводится 34 часа из расчёта 1 час в неделю.

Основная *цель* внеурочных форм занятий состоит в том, чтобы на основе интересов и склонностей, учащихся углубить знания, расширить и закреплить арсенал двигательных умений и навыков в конкретных видах спорта, достигнуть более высокого уровня развития двигательных способностей, нравственных качеств, приобщить учащихся к регулярным тренировкам.

Задачами изучения являются:

- формирование здорового жизненного стиля и реализация индивидуальных способностей каждого ученика;
- обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, формирование коммуникативных компетенций;
- расширение кругозора школьников в области физической культуры и спорта;
- активизировать двигательную активность младших школьников во внеурочное время;
- познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
- формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;
- создавать условия для проявления чувства коллективизма;
- воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни;
- воспитывать моральные и волевые качества обучающихся;
- способствовать формированию навыков самоорганизации.

Планируемые результаты освоения курса «Спортивные игры»

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются личностные, метапредметные и предметные результаты.

Личностные результаты обеспечиваются через формирование базовых национальных ценностей; *предметные* – через формирование основных элементов научного знания, а *метапредметные* результаты – через универсальные учебные действия (далее УУД). Личностные и метапредметные результаты освоения курса внеурочной деятельности.

В образовательной деятельности обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются личностные и метапредметные универсальные учебные действия.

Основная образовательная программа «Спортивные игры» предусматривает достижение следующих результатов образования:

личностные результаты — готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению, сформированность их мотивации к обучению и

целенаправленной познавательной деятельности, системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции в деятельности, правосознание, экологическую культуру, способность ставить цели и строить жизненные планы, способность к осознанию российской гражданской идентичности в поликультурном социуме;

метапредметные результаты — освоенные обучающимися межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные), способность их использования в познавательной и социальной практике, самостоятельность в планировании и осуществлении учебной деятельности и организации учебного сотрудничества с педагогами и сверстниками, способность к построению индивидуальной образовательной траектории, владение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности;

предметные результаты — освоенные обучающимися в ходе изучения учебного предмета умения, специфические для данной предметной области, виды деятельности по получению нового знания в рамках учебного предмета, его преобразованию и применению в учебных, учебно-проектных и социально-проектных ситуациях, формирование научного типа мышления, владение научной терминологией, ключевыми понятиями, методами и приёмами.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» является формирование следующих умений:

Определять и высказывать простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);

- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, **делать выбор**, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить;

- навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;

- готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;

- эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений;

- принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;

- бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;

- осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов;

- отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» — является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД:

Определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно.

Проговаривать последовательность действий.

Умение **высказывать** своё предположение (версию) на основе данного задания, **учить работать** по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность.

-Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.

-Умение совместно с учителем и другими воспитанниками **давать** эмоциональную **оценку** деятельности команды на занятии.

-Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Познавательные УУД:

-Добывать новые знания: **находить ответы** на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии.

-Перерабатывать полученную информацию: **делать** выводы в результате совместной работы всей команды.

-Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

Коммуникативные УУД:

-Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. **Слушать** и **понимать** речь других.

-Совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им.

-Умение выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

-Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

Познавательные УУД:

-овладеют основами реализации проектно-исследовательской деятельности, расширят спектр активно используемых логических действий и операций;

-будут сформированы основы познавательной рефлексии, рефлексивного чтения.

Оздоровительные результаты программы курса внеурочной деятельности:

-Осознание обучающимися понимания роли курса внеурочной деятельности «Спортивные игры» как активного способа собственной жизнедеятельности, как средства укрепления и сохранения своего здоровья, являющегося главной ценностью не только личности, но и всего общества;

-За счет расширения технико-тактической подготовки и совершенствования техники соревнований по баскетболу, футболу, волейболу обучающиеся начнут активно включаться в массовые спортивные соревнования и мероприятия, являться популяризаторами и носителями здорового образа жизни.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

Содержание курса внеурочной деятельности

«Спортивные игры»

Форма организации внеурочной деятельности: индивидуальная работа, фронтальная работа, групповая форма работы.

Вид внеурочной деятельности: спортивно-оздоровительная, игровая.

Виды деятельности обучающихся: соревнования, игры.

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов
1	Баскетбол	12
2	Волейбол	14
3	Футбол	8
	ИТОГО	34

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов	Дата проведения	
			Планир.	Фактич.
	Баскетбол	12ч		
1	- Техника безопасности на занятиях баскетбола. - Терминология баскетбола - стойки и перемещения игрока - остановки прыжком, двумя шагами, повороты, прыжки	1		
2	- Правила и организация соревнований по баскетболу - ведение мяча с изменением скорости, направления, частоты отскока без сопротивления с сопротивлением	1		
3	- История баскетбола. - передача мяча на месте двумя руками от груди, сверху, с отскока от пола, снизу, сбоку в парах, в тройках четверках без сопротивления и с сопротивлением	1		
4	- передача мяча различными способами в парах и тройках в движении без сопротивления и с сопротивлением - передача мяча при встречном движении	1		
5	- бросок от головы на месте, в прыжке без сопротивления и с сопротивлением - баскетбольный «челнок»	1		
6	- бросок от груди, головы со средней дистанции на месте, в прыжке без сопротивления с сопротивлением - баскетбольный «челнок»	1		
7	- бросок одной от плеча после ведения мяча - бросок одной от головы в движении - баскетбольный «челнок»	1		
8	- сочетание приемов: ведение, передача, бросок без сопротивления и с сопротивлением - баскетбольный «челнок» на самоконтроль	1		
9	- штрафной бросок - баскетбольный «челнок» на самоконтроль	1		
10	- бросок с линии трех очков - игра баскетбол	1		
11	- свободное нападение, нападение быстрым прорывом - игра баскетбол	1		

12	<ul style="list-style-type: none"> - взаимодействие двух игроков - подстраховка, позиционное нападение - игра баскетбол на самоконтроль 	1		
	Волейбол.	14ч		
13	<ul style="list-style-type: none"> - ТБ на занятиях волейболом - Терминология волейбола - стойки и перемещения волейболиста - комбинация из перемещений - учебная игра 	1		
14	<ul style="list-style-type: none"> - История волейбола - передача мяча сверху над собой - передача мяча сверху над собой в движении приставными шагами вперед, назад, в стороны - передача мяча сверху над собой с различной высотой перемещения мяча - передача мяча сверху над собой с поворотами направо,налево - учебная игра 	1		
15	<ul style="list-style-type: none"> - Правила и организация соревнований по волейболу - передача мяча снизу перед собой - передача мяча снизу перед собой в движении приставными шагами вперед, назад, в стороны - передача мяча снизу перед собой с различной высотой перемещения мяча - передача мяча снизу перед собой с поворотами направо,налево по кругу - учебная игра 	1		
16	<ul style="list-style-type: none"> - передача мяча сверху над собой и в стену - передача мяча сверху в стену - передачи мяча сверху в парах в стену со сменой мест - передача мяча сверху через сетку - учебная игра 	1		
17	<ul style="list-style-type: none"> - передача мяча снизу перед собой и в стену - передача мяча снизу в стену - передачи мяча снизу в стену в парах со сменой мест - передача мяча снизу через сетку - учебная игра 	1		
18	<ul style="list-style-type: none"> - передача мяча сверху в тройках со сменой мест - чередование передачи мяча сверху и снизу на месте, в стену, в парах - учебная игра 	1		

19	<ul style="list-style-type: none"> - чередование передач мяча через сетку - передача мяча сверху через сетку, стоя спиной к сетке - передача мяча снизу через сетку, стоя спиной к сетке - прием мяча, отраженного сеткой - учебная игра 	1		
20	<ul style="list-style-type: none"> - верхняя прямая подача мяча и его прием - учебная игра 	1		
21	<ul style="list-style-type: none"> - нижняя прямая подача мяча и его прием - учебная игра 	1		
22	<ul style="list-style-type: none"> - верхняя прямая подача мяча, его прием и передача мяча - нижняя прямая подача мяча, его прием и передача мяча - учебная игра 	1		
23	<ul style="list-style-type: none"> - прямой нападающий удар - блокирование в прыжке с места - игра волейбол на самоконтроль 	1		
24	<ul style="list-style-type: none"> - комбинация: прием, передача, удар, блок - игра волейбол на самоконтроль 	1		
25	<ul style="list-style-type: none"> - тактика свободного нападения - игра в нападении в зоне 3, - игра волейбол на самоконтроль 	1		
26	<ul style="list-style-type: none"> - позиционное нападение без изменения позиций, с изменением позиций, - игра в защите - игра волейбол на самоконтроль 	1		
	Футбол	8 ч		
27	<ul style="list-style-type: none"> - ТБ на занятиях футбола - Терминология футбола - стойки и перемещения футболиста - игра минифутбол 	1		
28	<ul style="list-style-type: none"> - Правила и организация соревнований - удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема - игра минифутбол на самоконтроль 	1		
29	<ul style="list-style-type: none"> - удар по летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема - футбольный «челнок» 	1		
30	<ul style="list-style-type: none"> - вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шага - ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения - футбольный «челнок» на самоконтроль 	1		

31	- удары по воротам - игра вратаря - игра футбол	1		
32	- комбинация: ведение, пас, прием мяча, остановка, удар по воротам - игра футбол	1		
33	- индивидуальная техника защиты - игра футбол	1		
34	- игра футбол	1		

Материально-техническое обеспечение

Спортивные площадки:

- спортивная площадка
- спортивный городок (турник, скамья для пресса, рукоход, лабиринт)

Спортивный инвентарь:

- мячи футбольные, резиновые разного диаметра, теннисные, баскетбольные,
- гимнастические маты, гимнастические коврики,
- гимнастические скамейки, шведские стенки,
- лыжи,
- гантели, скакалки, обручи, кегли, эстафетные палочки, канат